**Accro au jeu vidéo**

**Critères d'addiction**

Ils sont nombreux et varient autant que les points de vue et références théoriques qui les sous-tendent. Par exemple, et selon le modèle mécaniciste d'Aviel Goodman, [psychiatre](http://fr.wikipedia.org/wiki/Psychiatre) américain on décrit :

* Impossibilité de résister à l'impulsion de passage à l'acte.
* Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.
* Soulagement ou plaisir durant la période.
* Perte de contrôle dès le début de la crise.
* Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :
  + Monopolisation de la pensée par le projet de comportement addictif.
  + Intensité et durée des épisodes plus importants que souhaités à l'origine.
  + Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement.
  + Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre ou à s'en remettre.
  + L'engagement dans le comportement est tel que la personne ne peut plus accomplir des gestes élémentaires (se laver, se nourrir) et le conduit vers un désinvestissement social, professionnel et familial.
  + Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, familiales ou sociales.
  + Poursuite du comportement malgré l'aggravation des problèmes sociaux et en dépit de la connaissance des conséquences négatives.
  + [Tolérance](http://fr.wikipedia.org/wiki/Accoutumance) marquée, c'est-à-dire besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité.
  + Agitation, irritabilité et surtout angoisse si le passage à l'acte addictif est différé, empêché (*voir l'article détaillé* [*sevrage*](http://fr.wikipedia.org/wiki/Sevrage_(toxicologie))).

**Addiction à l'ordinateur selon le *Computer Addiction Services***

Le Dr. Maressa Hecht Orzack, directeur du service d'addiction à l'ordinateur à L'université d'Harvard, affilié à l'hôpital McLean, dit que l'aspect social prédomine dans l'addiction aux jeux : « *Beaucoup des patients vivent seuls, en jouant ils se sentent appartenir à une communauté et parfois le jeu leur apporte les seuls amis qu'ils aient* ».

Les symptômes de l'addiction à l'ordinateur selon le *Computer Addiction Services* sont assez spécifiques[[5]](http://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9pendance_au_jeu_vid%C3%A9o" \l "cite_note-4) :

* **Les symptômes psychologiques**
  + Sensation de bien être voire d'euphorie devant l'ordinateur
  + Incapacité à stopper l'activité
  + Passer de plus en plus de temps devant l'ordinateur
  + Négliger sa famille ou ses amis
  + Se sentir vide, déprimé, irritable quand on ne se trouve pas devant l'ordinateur
  + Mentir à son travail ou à sa famille sur ses activités
  + Problèmes à l'école ou au travail
* **Les symptômes physiques**
  + [Syndrome du canal carpien](http://fr.wikipedia.org/wiki/Syndrome_du_canal_carpien)
  + Yeux secs
  + Migraines régulières
  + Douleur dorsale et cervicale
  + Alimentation irrégulière, repas sautés
  + Difficultés à assurer une hygiène correcte
  + Trouble du sommeil, changement de cycle du sommeil

**Addiction au jeu vidéo selon le Dr Mark Griffiths**

Le Dr Mark Griffiths de l'université de Nottingham Trent est spécialisé dans l'addiction aux jeux vidéo[[6]](http://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9pendance_au_jeu_vid%C3%A9o" \l "cite_note-5). Voici son test permettant de reconnaître rapidement si un enfant a une conduite addictive aux jeux vidéo :

* Il joue presque tous les jours ?
* Il joue souvent pendant de longues périodes : 3-4 heures
* Il joue pour l'excitation qu'il en retire
* Il est de mauvaise humeur quand il ne peut pas jouer
* Il délaisse les activités sociales et sportives
* Il joue au lieu de faire ses devoirs
* Les tentatives de diminuer son temps de jeu sont des échecs

En cas de réponse positive à plus de quatre de ces questions, l'enfant joue probablement trop et il existe un problème.

**Addiction au jeu vidéo selon Tejeiro RA et Bersabe-Moran RM**

Critères diagnostics publiés dans *Measuring Problem Video Game Playing In Adolescent*[[7]](http://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9pendance_au_jeu_vid%C3%A9o" \l "cite_note-6).

* Augmentation du temps passé à jouer ou à y penser, ou à programmer ses prochaines parties, ou à se remémorer ses anciennes parties.
* Mauvaise humeur, irritabilité lorsqu'on est incapable de jouer
* Augmentation du temps passé à jouer dans les moments difficiles
* Tentatives échouées à contrôler son temps de jeu
* Dissimulation du temps passé à jouer avec ses parents ou amis
* École buissonnière, devoirs non faits, pour jouer davantage aux jeux vidéo
* Couché tardif, repas manqués et diminution du temps passé en famille ou avec ses amis pour jouer davantage